PROMETEUS * VIVA VOX
FILOSOFIA EM REVISTA
Ano 4 - no. 3 fevereiro/2008 ISSN 1807-3042

VIVA VOX
Grupo de Pesquisa em Filosofia Clássica e Helenística
Universidade Federal de Sergipe
Contatos: vivavoxsergipe@yahoo.com.br
http://musoniorufo.zip.net

Terapia das Paixões: A Cura da Alma

Antonio Carlos Tarquínio (1)

RESUMO: A philosophia antiga é um modo de vida, uma escolha "existencial". Onde os escritos de Sócrates? Onde os escritos de Epicteto? Onde os escritos de Amônio Sacas? (2) A palavra do filósofo se levanta na base de uma vida filosófica e não o contrário. O filósofo não é um inventor de sistemas, ele é, antes de tudo, uma vida que fala sem palavras. A *philosophia* antiga é terapêutica e ascética.

PALAVRAS-CHAVES: áskesis, metastrophé, therapéia, exercícios espirituais.

SUMMARY: The ancient philosophy is a lifestyle, an "existential" choice. Where are Socrates' writings? Where are Epictetus' writings? Where are Amônio Sacas' writings? The philosopher's word rises in the base of a philosophical life and not the opposite. The philosopher is not an inventor of systems, he is, before everything, a life that speaks without words. The ancient philosophy is therapeutic and ascetic.

KEYWORDS: askesis, metastrophe, therapeia, spiritual exercises.

No século IV a.C., levantou-se, em torno à figura de Sócrates, a regra de ter de se conhecer a si mesmo encadeada ao tema do cuidado de si, isto é, o preceito *gnôthi sautón* emergiu na história da *philosophia* articulado ao tema da *epiméleia eautoû*. Sócrates é retratado na *Apologia* de Platão como um

praticante de *philosophia* que não hesita, mesmo correndo risco de vida, em interpelar as pessoas que passam quanto ao sentido que estão dando às suas vidas:

> *Enquanto me restar um pouco de energia, não deixarei de filosofar e de vos advertir e aconselhar, a qualquer de vós que eu encontre. Dir-vos-ei, segundo o costume: 'Meu caro amigo, és Ateniense, natural de uma cidade que é a maior e mais afamada pela sabedoria e pelo poder, e não te envergonhas de só curares de riquezas e dos meios de as aumentares o mais que puderes, de só pensares em glórias e honras, sem a mínima preocupação com o que há em ti de racional, com a verdade e com a maneira de tornar a tua alma o melhor possível?'* (3)

Esta *práxis* vivencial de Sócrates terá enorme influência no Ocidente. Para os discípulos diretos que fundaram escolas, mas também para aqueles além destes, Sócrates foi aquele que zelou para que os cidadãos "cuidassem de si mesmos". Por meio de sua vida mostrou-se como *o curador do cuidado que temos de ter para conosco*; Sócrates, a Antigüidade o viu assim, ensinou *aos outros a cuidarem de si mesmos.*

No séc. III a.C., no período helenístico, surgem quatro escolas filosóficas das quais, ao menos três, brotaram diretamente da vida e dos ensinamentos do filósofo grego. São elas: o Epicurismo, o Estoicismo, o Cinismo e o Ceticismo.

Todo o grupo entenderá a *philosophia* como *áskesis* (exercício) e *therapeía* (cura) e preceituarão um conjunto de práticas que Pierre Hadot nomeou "exercícios espirituais"(4). Estes haviam por meta precípua transformar o aprendiz.

Para o conceito de *philosophia* como *áskesis* ouçamos Epicteto:

> *Eis porque os filósofos recomendam não se contentar com o aprender, mas acrescentar, além disso, a reflexão (meléten/meditação) e em seguida o exercício (áskesis). Porque com o passar do tempo nós vamos adquirindo o hábito de agir de uma maneira oposta ao ensinamento recebido, e as opiniões que nos são familiares vão de encontro às retas opiniões. Ora, se nós não nos familiarizarmos com as retas opiniões, nada mais seremos do que comentadores dos julgamentos dos outros (dos dogmata alheios).* (5)

O exemplo de Epicteto (na esteira de Sócrates) encerra a preocupação (o cuidado) de conciliar *meditação e prática*, o que indica que o conceito de *philosophia* como *áskesis* se orienta para *a transformação da pessoa*. A finalidade da *philosophia* não é de formar homens que falem bem, ou de capacitá-los para ler e entender tratados para, em seguida, comentá-los com propriedade (6). A *philosophia* não quer aperfeiçoar "comentadores de tratados", mas modificar exterior e interiormente as pessoas: o sentido da *philosophia é con-versão.*

Se a *philosophia* é exercício e esforço de *con-versão,* não é, pelo menos na

Antiguidade, um sistema teórico especulativo erigido unicamente para a contemplação sem qualquer preocupação com a vida real e prática. O cuidado com os sofrimentos humanos, a diligência atenta em propor alternativas de enfrentamento das angústias provenientes das aperturas da vida, a preocupação constante com as inseguranças ladras da paz do espírito, são temas vezeiros (7) nas escolas helenísticas.

Mas de onde podemos depreender o sentido da *philosophia* como *therapeía*? Citemos agora dois exemplos, um de Epicuro, outro de Epicteto, este estóico, o outro, fundador da escola nomeada "jardim" (*kherós*):

> *É vazio o discurso do filósofo que não consiga pensar/curar alguma paixão do homem: assim como realmente a medicina em nada beneficia se não liberta dos males do corpo, assim também sucede com a philosophia, se não liberta das paixões da alma.* (8)
>
> *A escola do filósofo é uma clínica (iatrîon), um dispensário do espírito, uma estância de saúde da alma.* (9)

Para todas estas escolas filosóficas, a principal causa de sofrimento, de desordem, de inconsciência para o homem, são as paixões: desejos desordenados, temores exagerados (tristezas). A inquietude, a sensação de intranqüilidade o impede de viver verdadeiramente. A *philosophia* aparecerá, pois, em primeiro lugar, como uma terapêutica (*therapeutiké*) das paixões. (10)

Vamos então agrupar três princípios fundamentais do estoicismo que demonstram sobremaneira o caráter terapêutico e psicascético (11) das escolas filosóficas deste período, ou seja, o caráter de sabedoria prática da *philosophia* helenística que se apresenta um sistema explicativo do mundo, este vem para justificar um modo de vida que ensina sobretudo os meios de se conseguir a paz em meio aos conflitos naturais do caminho da vida.

A defesa do modo de vida acompanha de perto a tradição do Sócrates histórico traduzida na vontade de despertar o homem para o cuidado de si, pelos caminhos do conhecimento de si e, imanente na preceituação de regras práticas de enfrentamento das atribulações da vida, a partir do exame acurado das representações, indicadores claros da preocupação com a vida comum das pessoas e seus problemas cotidianos tal como soia acontecer com Sócrates.

Certamente todo este zelo para com o homem ordinário no que tange ao seu despertar para a vida filosófica, a fim de que se torne livre da escravidão do espírito por meio de uma *metastrophé* anímica, exercício que não dispensa uma mudança radical em seu modo de ser e de pensar, reflete em primeira e última instância a relação entre saber e ser, noção que repousa inteiramente sobre o fundamento do renomado intelectualismo moral socrático.

Só há o bem moral ou o mal moral: este é um *dogma* fundamental estóico que vale a pena entender porque ele é muito útil para socorrer-nos diante das agruras da vida de cada dia. Na *Apologia de Platão* Sócrates assevera que "Não

há para o homem bom nenhum mal, quer na vida, quer na morte" (12). Os estóicos vão fazer a leitura desta sentença socrática do seguinte modo: Bens e males não ocorrem a ninguém – "não acontecem" - porque o que acontece é indiferente (*adiáphoros*), bens e males "somos nós que acontecemos", por isso só existem o mal e o bem moral.

Este *dogma* se liga a outro muito importante também: *Todo fazer humano implica julgamento*: esta assertiva pode ser ligada ao que *Ortega y Gasset* disseram uma vez: "a estrutura da vida humana não é biológica, é biográfica", *mutatis mutandis*, esta concepção permite a Epicteto formular o *dogma* fundamental nesta sentença aforismática genial: 'Não são as coisas que perturbam (apoquentam) os homens, mas os pensamentos que eles constróem sobre as coisas'(13). Permita-nos apresentar estoutra pérola de Epicteto sobre o tema:

> *Que são, com efeito, os gemidos e as lamentações? Dogma (julgamento). Que é o infortúnio? Dogma. Que é a contestação? O dissentimento? A censura? A acusação? A impiedade? A sandice o que é? Tudo isto (são) dogmas e nada mais, e dogmas que são pronunciados sobre coisas independentes de nós como se fossem bens ou males. Sejam estes dogmas transferidos para os objetos que dependem de nós, e eu garanto que se conquistará a paz da alma, seja o que for que se possa provar da outra parte. (14)*

Enfim, o último dogma, *a natureza é coerente consigo mesma*: veja, por exemplo, um filhote de qualquer espécie animal. Este age como se tivesse sido instruído previamente pela *physis*, orientado para a conservação da própria vida. Os estóicos interpretarão este *fenômeno* como um sintoma do *cuidado* da Inteligência Universal para com todos os seres dela participes, e como o homem também participa, por ser um "animal logístico", isto é, um ser dotado de *lógos*, recebe da natureza os princípios fundamentais para orientar sua conduta.

Sobre estas noções inatas se levanta a construção da ética estóica que constitui o seu inconcusso fundamento. *Não erramos porque queremos errar, isto é, não erramos por querer, erramos por não saber onde reside o bem real, por ignorar onde encontrar o bem verdadeiro (15) .*

Agora que tomamos pé nos *dogmata* ou *theoremata* fundamentais da escola estóica, vamos ver como podemos operar com eles. Todos enunciam medidas efetivas do cuidado de si, ou *cura sui,* mediados pelo autoconhecimento.

Bens e males não nos acontecem. Alguém poderia dizer: estes estóicos eram uns loucos de carterinha, porque todo mundo sabe que acontecem coisas terríveis por aí, como é que as coisas se passariam de outro modo? Para entender a proposta estóica de sabedoria prática (*phrónesis*) necessitamos aprender a fazer a distinção fundamental que nos ensinou Epicteto:

> *Entre as coisas, algumas estão sob nosso controle, outras não. Estão*

sob nosso controle o juízo (hypólepis), a tendência (hormé), o desejo (órexis), a aversão (énklisis) -- em suma: quantas são as nossas obras. Mas não estão sob nosso controle o corpo, os bens, a reputação (o que os outros pensam de nós), os cargos públicos -- em suma: quantas não são as nossas obras.(16)

Quem aplicar esta distinção fundamental em meio às ocorrências da vida encontrará imediatamente a serenidade. Os acontecimentos que permeiam o mundo, desde que despossuídos de *valor subjetivo*, perdem a capacidade de nos afetar. O filho morreu. Depende de mim que o filho não morra? Não. Então devo entender que esse acontecimento deve ser aceito como querido pelo destino, este, tomado em si mesmo não é nem um bem, nem um mal.

Males e bens resultam do que eu faço com o meu pensamento, com o meu querer, com o meu fazer. *O que acontece acontece assim como acontece*, o problema vem do que faço com isto. O que depende de nós é a mudança dos pontos de vista para entender os acontecimentos de *uma forma objetiva*, isto é, segundo a perspectiva Universal.

Esta distinção fundamental possibilita entre outras coisas o desfazimento do nó górdio que, profundamente arraigado na *psykhé* humana, engendra no coração do homem o equívoco terrível de confundir o humano, que lhe pertence propriamente, com o que é inumano, ou seja, com o que não lhe pertence de modo algum, e nem poderia lhe pertencer.

Cada pessoa no mundo se troca por aquilo que estima fazer, isto é, da estima deriva a verdade da pessoa, aquilo "para que" vive. Se viver para aquelas coisas que não dependem dela, dificilmente será feliz, porque o mundo não é a ribalta dos desejos satisfeitos, então é quando se torna presa de grande insatisfação ou falseia sua conduta ante os outros(17).

É quando Epicteto nos socorre com o seguinte aforismo: "Não desejes que o que acontece aconteça como queres, mas deseja que o que acontece aconteça como acontece, e tua vida terá um curso sereno" (18).

Outro dia ouvi uma pessoa muito triste dizer: "Eu era feliz e não sabia". Ora, por que fazemos este tipo de afirmação? É porque criamos o hábito de brigar com o Ser (19). Quando a pessoa estava lá, em determinada situação, era como se não estivesse - na verdade, não conseguia se ver naquela circunstância - agora que está aqui, não quer ficar aqui, quer voltar para lá.

A vida de quem vive assim é um martírio de todas as horas, e a pessoa um inferno ambulante. A felicidade pode até estar acontecendo *agora* para ela, mas ela está pensando no passado, no tempo em que era feliz, não obstante, a vida segue sendo o que é, independentemente do que estiver pensando a respeito dela. Foi John Lennon que disse uma vez em uma de suas canções: "A vida é aquilo que nos acontece enquanto estamos pensando em outra coisa".

A regra de vida fundamental (20) ensina a aceitar a vida como é, aqui e

agora, e ponto final (21). Para além de todos os nossos "ses", se eu tivesse isto, se eu fosse aquilo, se a minha vida fosse assim, ou assado; se ao menos acontecesse isto ou aquilo; blá, blá, blá; para além de todos estes "ses" *a vida é só o que está acontecendo agora(22).*

> *A quem aproveita tanta pressa? Nós sempre chegamos. Nós já chegamos. E a dificuldade é de desfrutar aquilo que se tem de preferência a buscar alcançar o que não se tem e que seremos incapazes de usufruir quando tivermos. Porque todo fim está propriamente fora do alcance, e nós o rejeitamos para um futuro indefinidamente renovado, renascente. É necessário, pois, aprender a destruir esta idéia de um fim que se persegue sem cessar e que está sempre fora de nosso alcance, que nos obriga a esperar para viver e que sempre nos impede efetivamente de viver.* (23)

Tomando como exemplo o estoicismo, percebemos claramente como as escolas da era helenística estavam assentadas em uma idéia de *philosophia* como exercício e terapia e o quanto de inspiração socrática elas comportam.

Notas:

[1] Antonio Carlos Tarquínio é mestre em filosofia pela PUC-Sp e segundo coordenador do Viva Vox.

[2] Mestre do grande PLOTINO e que nada escreveu.

[3] PLATÃO, *Apologia de Sócrates*, 29d/e.

[4] "Designo por este termo as práticas que podem ser de ordem física, como o regime alimentar; discursiva, como o diálogo e a meditação; ou intuitiva, como a contemplação, mas que são todas destinadas a operar modificação e transformação no sujeito que as pratica". Pierre HADOT, O que é filosofia antiga?, p.21.

[5] EPICTETO, *Diatribes,* II, 9, 13; II, 18, 26; III, 12, 1-7; IV, 6, 16; IV,12,13. SÊNECA, *Cartas A Lucílio*, XC, 46.

[6] EPICTETO, *Manual*, XLIX, tradução do original grego e notas do prof. Doutor Aldo Dinucci.

[7] Vezeiro, segundo o Dicionário Caldas Aulete significa que tem vezo ou costume de muitas vezes fazer as coisas, isto é, aquilo que é costumeiro, habitual. Dicionário contemporâneo de língua portuguesa Caldas Aulete, p.2006.

[8] EPICURO, USENER, fr 221.

[9] EPICTETO, *Diatribes*, III, 23, 30.

[10] Pierre HADOT, *Exercices spirituels, et Philosophie antique*, p.23.

[11] O termo é nosso. Foi construído a partir da analogia com a palavra somascética.

[12] PLATÃO, Apologia de Sócrates, 30d.

[13] EPICTETO, *Manual*, V.

[14] EPICTETO*, Diatribes*, III, 18-19.

[15] "Ninguém é mau por deliberação própria; os homens só se tornam ruins por educação mal dirigida ou alguma disposição viciosa do organismo, duas condições desagradáveis para toda a gente, que ninguém aceita de bom grado". PLATÃO, *Timeu* 86d; *Górgias*, 509e.

[16] EPICTETO*, Manual, I*, 1.

[17] *Em geral - não vos iludais - todo ser vivente não tem nada que lhe seja mais caro que seu próprio interesse. Desse modo, seja o que for que lhe pareça fazer obstáculo, quer se trate de um irmão, ou de um pai, ou de uma criança, ou de um ser amado, ou de um amante, ele o odeia, ele o rejeita, ele o maldiz. Porque não há nada que, por natureza, ele ame quanto o seu próprio interesse. Eis aí o seu irmão, seus parentes, sua pátria, seu deus.* (EPICTETO, Diatribes, II, 22, 15-16).

[18] EPICTETO, *Manual*, VIII, tradução do original grego e notas do Prof. Doutor Aldo Dinucci com pequena alteração feita pelo autor.

[19] *Traséas costumava dizer: 'Desejo antes ser morto hoje que amanhã ser exilado'. Pois o que lhe disse Rufo? Se a morte fosse escolhida como a mais pesada pena, que loucura de escolha! Mas se como a mais leve, quem te ofereceu tal escolha? Não desejas praticar o contentar-te com o que te foi oferecido? É dentro desse mesmo espírito que Agripino disse: Eu não serei um obstáculo para mim mesmo.* EPICTETO, Diatribes, I, 1,26-28. Tradução do original grego inédita do Prof. Doutor Aldo Dinucci levemente modificada.

[20] A que Epicteto nomeia *hó biotikós nómos*, a lei concernente à vida. Esta estabelece o *kanon* para que seja operada a distinção, a separação fundamental entre dois mundos profundamente diferentes entre si, a diferença radical que existe entre o mundo dos objetos e o mundo humano.

[21] *O ponto extremo da vida rompe sempre a superfície do real dentro do presente e não é necessário pensar em um futuro que será ele mesmo, outro presente. - O ser desventurado - é aquele que vesgueia sempre em direção ao passado ou rumo ao porvir - o ser aventurado - aquele que se empenha em não se evadir do presente, mas em penetrá-lo e possui-lo. Quase sempre nós solicitamos do porvir que nos traga uma felicidade que nós teremos em seguida de fruir em um novo presente, mas isto é reverter os termos do problema; porque é do presente mesmo que nós temos e da maneira mesmo que sabemos dispor dele sem desviar alhures o olhar, que emergirá todo o futuro de felicidade que nós jamais poderemos nos dar.* Luis LAVELLE, *L'erreur de narcisse,* p.186.

[22] Charlotte JOKO BECK, *Sempre zen*, p.47.

[23] Louis LAVELLE, *L'erreur de naricisse*, p.186.

Referências Bibliográficas:

ARRIANO, Flavio. **O Manual de Epicteto**, trad. Aldo Dinucci, 1ª ed., UFS, 2007.

BECK, Charlotte Joko. **Sempre zen**, traduzido por Marina Silva Mourão, 2ª ed., Saraiva, São Paulo, 1993.

DINUCCI, Aldo. **As diatribes de Epicteto**, Livro I, tradução do original grego não publicada.

ÉPICTÈTE. **Entretiens**, traduit par J. Souilhé avec la collaboration de Amand Jagu, 4 volumes, Societé d'edition Les Belles Lettres, Paris, 1963 .

HADOT, P. **Exercices spirituels et philosophie antique**, Édition Albin Michel, 2002.

_______. **O que é filosofia antiga?** Traduzido por Dion Davi Macedo, Edições Loyola, São Paulo, 1999.

LAVELLE, Louis. **L'erreur de Narcise**, Éditions Bernard Grasset, Paris, 1939.

PLATÃO. **Apologia de Sócrates**; **Críton**, edições 70, Lisboa, 2002.

PLATÃO**. Timeu**, traduzido por Carlos alberto Nunes, UFPA, 1980.

RODRIGUES, Antonio Carlos. **Proaíresis e Prónoia no Estoicismo de Epicteto**. Dissertação não publicada. (Puc-sp)